

**LEYSIN**  
OXYGENE  
DES ALPES

ALPES VAUDOISES +

**CENTRES SPORTIFS  
DE LEYSIN**

# Activités été 2020



**A NE PAS MANQUER CET ÉTÉ !**

## **LEYSIN BEACH**

Tournoi de beach-volley  
Samedi 4 juillet 2020 - dès 11h00  
Centre sportif de la patinoire  
*Bar & petite restauration*

## **LEYS'N SPLASH**

Toboggan aquatique & activités fun  
Samedi 8 août 2020 - dès 11h00  
Centre sportif de la piscine  
*Bar & petite restauration*

**LEYSIN**  
OXYGENE  
DES ALPES

ALPES VAUDOISES +



# Camps Sportifs

• • • VACANCES D'ÉTÉ • • •

DANSE - FREESTYLE - CIRQUE - NATURE & MAGIE - VTT -  
MULTISPORTS

DU 6 JUILLET  
AU 14 AOÛT

• 2020 •

## A CHAQUE SEMAINE SON THÈME

de 9h00 à 12h00 - 5 à 9 ans

de 14h00 à 17h00 - 10 à 16 ans

CHF 170.- / SEMAINE\*

CHF 40.- / JOUR

**\*RABAIS FRÈRE/SŒUR**

10% de réduction dès le 2ème enfant  
20% de réduction dès le 3ème enfant  
pour la même semaine de camp !!

# Camps Sportifs

... SPORTS & ACTIVITÉS VARIÉES ...

06-10.07

## DANSE

Que tu sois débutant ou expérimenté, ce camp permet aux adeptes de la danse et de la zumba fitness de développer des chorégraphies en groupe, d'apprendre à improviser et à danser librement en exprimant ses sentiments.

13-17.07

## FREESTYLE

Viens améliorer tes talents de freestyler en pratiquant du trampoline, divers streets parkours et jeux variés. Sensations fortes garanties.

20-24.07

## CIRQUE

Charette magique, échasses, vélos en tous genres, jonglerie, équilibre, sculptures de ballons, bulles de savon géantes, marionnettes, grimage, jeux géants.

27-31.07

## NATURE & MAGIE

Si tu aimes l'aventure et apprendre de nouvelles choses, ce camp est fait pour toi ! Atelier cuisine, chasse aux trésors, construction de petits barrages, course d'orientation et fabrication surprise.

03-07.08

## MULTISPORTS

Viens découvrir de multiples disciplines sportives autant en intérieur qu'en extérieur. Une chose est sûre, tu n'auras pas le temps de t'ennuyer.

10-14.08

## VTT

Apprentissage et perfectionnement du 2 roues, parcours d'agilité en forêt, entretien de ton vélo, jeux d'habiletés.

### Viens avec ta tenue de sport et n'oublie pas de glisser dans ton sac à dos :

- Crème solaire, casquette ou veste de pluie
- Ta gourde d'eau et ta collation

### Infos et inscriptions (places limitées) :

- Depuis le formulaire d'inscription sur notre site Internet -> [www.sportleysin.ch](http://www.sportleysin.ch)
- Les camps ont lieu par tous les temps

Compte tenu de la situation exceptionnelle liée à la pandémie de Covid-19 que nous traversons, nous ne pouvons garantir le maintien des activités organisées par les centres sportifs.

# Activités adultes

**TARIF**  
CHF 15.00

**HORAIRE**  
18H30 À 19H30

**LIEU**  
CENTRE SPORTIF DE  
LA PATINOIRE

**INSCRIPTION**  
INFO-GSL@LEYSIN.CH  
+41 24 493 22 70

# Activités seniors

**TARIF**  
CHF 15.00

**HORAIRE**  
10H00 À 11H00

**LIEU**  
CENTRE SPORTIF DE  
LA PATINOIRE  
AQUAGYM : PISCINE

**INSCRIPTION**  
INFO-GSL@LEYSIN.CH  
+41 24 493 22 70

LES MARDIS 7, 28 JUILLET & 4 AOÛT

## TRX

Le TRX est un outil d'entraînement qui permet de muscler efficacement l'ensemble du corps grâce à des sangles de suspension.

LES JEUDIS 9, 16 JUILLET & 6 AOÛT

## HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING

HIIT est un cours qui propose des sessions sportives qui alternent entre phases d'exercices intenses et phases de récupération actives.

LES MARDIS 14, 21 JUILLET & 11 AOÛT

## URBAIN TRAINING

Redécouvrez le village de Leysin en utilisant le mobilier urbain à des fins sportives.

LES JEUDIS 23, 30 JUILLET & 13 AOÛT

## ZUMBA FITNESS

Se dépenser et se déhancher en suivant les rythmes endiablés de la musique latine.

LES MARDIS 7, 21 JUILLET & 4 AOÛT

## NORDIC WALKING

Venez découvrir les magnifiques paysages de Leysin en pratiquant le Nordic Walking ! Un sport d'endurance pour tous.

LES MARDIS 14, 28 JUILLET & 11 AOÛT

## MOBILITY

Renforcez votre équilibre et votre souplesse grâce à la méthode d'entraînement qui allie des pratiques de pilates et de yoga.

LES JEUDIS 9, 23 JUILLET & 6 AOÛT

## AQUAGYM

Grâce à la pression de l'eau, l'aquagym évite les chocs et minimise le risque de courbatures, de claquages ou d'élongations musculaires.

LES JEUDIS 16, 30 JUILLET & 13 AOÛT

## GAIN'ÂGES

Un mélange de Stretching et de pilates pour soulager vos douleurs, réduire vos tensions et renforcer vos muscles.